



Seminar 05 - Basisworkshop

## Ausgewogen Essen und Trinken in Kitas und Grundschulen

### Ziele des Workshops:

Beim Essen in Kitas, Kigas, Grundschulen und Horten geht es um mehr als um das Sattwerden und die Versorgung mit Nährstoffen. Eine ausgewogene Ernährung fördert neben Bewegung und Entspannung auch die körperliche, psychische und kognitive Entwicklung des Kindes.

Bei MitarbeiterInnen in Kitas und Grundschulen besteht aber oft eine gewisse Unsicherheit:

- Was, wann und wie viel sollte ein Kindergarten- bzw. Grundschulkind essen?
- Wie gehe ich mit den kleinen Essanfängern unter drei Jahren um?
- Wie kann ich Empfehlungen zu einer ausgewogenen Ernährung in meiner Einrichtung umsetzen?

Ziel des Ernährungsworkshops ist, diese und weitere auftretende Fragen zu beantworten.

Neben ernährungsphysiologischen Aspekten der betreffenden Altersgruppen ist die attraktive Speiseplangestaltung ein wesentlicher Seminarbestandteil. Ebenso wie Informationen zur Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards und die Besonderheiten bei religiösen Speisevorschriften. Des Weiteren beschäftigen wir uns im Themenbereich „Lebensmittelhygiene und Infektionsschutz“ mit den rechtlichen Grundlagen, die in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung zum Tragen kommen.

### Zielgruppe:

LeiterInnen von Kindertagesstätten, ErzieherInnen, GrundschullehrerInnen, hauswirtschaftliches Personal

### Inhalte des Workshops:

- Bedarfsgerechte Ernährung für Kinder nach dem 1. Lebensjahr bis einschließlich Grundschule
- Praktische Tipps und Tricks zur Speiseplangestaltung
- Besonderheiten bei religiösen Speisevorschriften
- Lebensmittelhygiene und Infektionsschutz
- DGE-Qualitätsstandards

### Leistungen:

Seminarunterlagen, Verpflegung am Seminartag, Teilnahme-Zertifikat. Auf Wunsch vermitteln wir Ihnen gerne eine Übernachtung.

### Seminarort & Termin:

„Johannisches Sozialwerk“, Berlin-Grunewald; 20. Juni 2018, 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

### Teilnahmegebühr:

56,- € inklusive aller oben beschriebenen Leistungen. Für unsere Kunden bieten wir dieses Seminar als kostenlosen Service an.



**Ihre Referentin:**  
**Salena Biskup**  
Oecotrophologin (FH),  
Fachberatung und Schulungen  
im Bereich Ernährung und  
Diätetik im Außendienst,  
umfassende Berufspraxis im  
Bereich der Lebensmittel-  
Hygiene